



Edukasi Bahaya Merokok dalam Perspektif Kristen

Yosefo Gule^{1✉}, Desra Vevalosa Ginting², Samuel Diar Hariara Sinurat³
Universitas Quality Berastagi, Indonesia^{1,2,3}
E-mail : yosefogle@gmail.com¹

Abstrak

Merokok dimasukkan sebagai penyakit sosial karena mempunyai dampak besar di lingkungan keluarga dan kesehatan masyarakat. Merasuk ke kelompok masyarakat berpenghasilan rendah atau miskin. Sangat memperlemah tingkat kesejahteraan keluarga (masa depan, pendidikan, ekonomi, agama) dan resmi dibatasi oleh Undang-undang. Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh. Hasil dari beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja. Pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16 –19 tahun yang merokok 20,5 %. Usia merokok pada remaja di Indonesia sekarang adalah usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10 –14 tahun meningkat lebih dari 100 % dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun. Merokok mempunyai banyak efek negatif yang merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rokok dan merokok merupakan hal yang tidak diperlukan oleh tubuh manusia. Apabila tetap digunakan maka akan merusak dan berdampak negatif terhadap tubuh manusia. Karena rokok banyak mengandung zat kimia berbahaya. Berdasarkan perspektif medis, etis, hukum, hingga Alkitab, maka ditemukan tidak ada yang positif atau bermanfaat dari rokok atau merokok. Edukasi ini diharapkan memberikan wawasan baru kepada remaja dan pemuda/i di GMI Parsambilan bahwa merokok tidak mendatangkan manfaat sedikitpun untuk diri sendiri dan kesehatan manusia serta tidak membawa kemuliaan bagi Allah.

Kata kunci: rokok, bahaya merokok, pemuda-pemudi, perspektif kristen tentang rokok

Abstract

Smoking is included as a social disease because it has a major impact on the family environment and public health. Entering low-income or poor community groups. It greatly weakens the level of family welfare (future, education, economy, religion) and is officially limited by law. Smoking is the inhalation of substances that are harmful to the body. The results of several previous studies indicate that smoking behavior is mostly done in adolescence. In 2018 showed that the prevalence of adolescents aged 16-19 years who smoked was 20.5%. The age of smoking in adolescents in Indonesia is now the age of starting smoking is getting younger (early). Beginner smokers aged 10-14 years increased by more than 100% in less than 20 years. Smoking has many negative effects that harm smokers themselves, but also threatens the surrounding community. The results showed that cigarettes and smoking are things that are not needed by the human body. If you continue to use it, it will damage and have a negative impact on the human body. Because cigarettes contain many harmful chemicals. Based on medical, ethical, legal, and biblical perspectives, it was found that there was nothing positive or beneficial about smoking or smoking. This education is expected to provide new insights to youth and youth at GMI Parsambilan that smoking does not bring any benefit to oneself and human health and does not bring glory to God.

Keywords: *cigarettes, the dangers of smoking, young people, the christian perspective on smoking*

Copyright (c) 2022 Yosefo Gule, Desra Vevalosa Ginting, Samuel Diar Hariara Sinurat

✉ Corresponding author

Address : Universitas Quality Berastagi

Email : yosefogle@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i4.635>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Merokok sampai saat ini masih menjadi masalah nasional yang perlu secara terus menerus diupayakan penanggulangannya, karena menyangkut berbagai aspek permasalahan dalam kehidupan, yaitu aspek ekonomi, sosial, politik, utamanya aspek kesehatan dan agama. Diperkirakan lebih dari 40,3 juta anak tinggal bersama dengan perokok dan terpapar pada asap rokok di lingkungannya dan disebut sebagai perokok pasif. Sedangkan kita tahu bahwa anak yang terpapar asap rokok dapat mengalami peningkatan risiko terkena Bronkitis, Pneumonia, infeksi telinga tengah, Asma, serta kelambatan pertumbuhan paruparu. Kerusakan kesehatan dini ini dapat menyebabkan kesehatan yang buruk pada masa dewasa. Orang dewasa bukan perokok pun yang terus-menerus terpapar juga akan mengalami peningkatan resiko Kanker Paru dan jenis kanker lainnya (Rochka et al., 2019).

Disisi lain merokok dimasukkan sebagai penyakit sosial karena mempunyai dampak besar di lingkungan keluarga dan kesehatan masyarakat. Merasuk ke kelompok masyarakat berpenghasilan rendah atau miskin. Sangat memperlemah tingkat kesejahteraan keluarga (Masa depan, pendidikan, ekonomi, agama) dan resmi dibatasi oleh Undang-undang (Apriany et al., 2019). Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh. Hasil dari beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja (Widarjo, 2019). Pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16 –19 tahun yang merokok 20,5 %. Usia merokok pada remaja di Indonesia sekarang adalah

usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10 –14 tahun meningkat lebih dari 100 % dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun (Gobel et al., 2020). Merokok mempunyai banyak efek negatif yang merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya: mencuri, kurang berprestasi, berbohong, lebih mengutamakan rokok dari pada Tuhan / Ibadah / Persembahan. Di sisi lain Menurut World Health Organization (WHO) (2016) kasus merokok telah membunuh lebih dari 5 juta orang pertahun dan diproyeksikan akan membunuh 10 juta orang sampai tahun 2021, dari jumlah itu 70% korban berasal dari negara berkembang yang didominasi oleh kaum laki-laki sebesar 700 juta terutama di Asia (Gobel et al., 2020).

Dari aspek kesehatan, rokok mengandung 4000 zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan, seperti Nikotin yang bersifat adiktif dan Tar yang bersifat karsinogenik, bahkan juga Formalin. Ada 25 jenis penyakit yang ditimbulkan karena kebiasaan merokok seperti Emfisema, Kanker Paru, Bronkhitis Kronis dan Penyakit Paru lainnya. Dampak lain adalah terjadinya penyakit Jantung Koroner, peningkatan kolesterol darah, berat bayi lahir rendah (BBLR) pada bayi ibu perokok, keguguran dan bayi lahir mati (Herawati, 2021).

Dari berbagai kasus di atas, penulis tertarik untuk memberikan edukasi tentang bahaya merokok dalam perspektif Kristen bagi remaja dan pemuda/i di GMI Parsambilan. Edukasi ini diharapkan memberikan wawasan baru kepada remaja dan pemuda/i di GMI Parsambilan bahwa merokok tidak mendatangkan manfaat sedikitpun

untuk diri sendiri dan kesehatan manusia serta tidak membawa kemuliaan bagi Allah.

Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat tentang edukasi bahaya merokok dalam perspektif Kristen ini adalah: (1)

Memberikan edukasi bahaya merokok dalam perspektif Kristen; (2) Kepedulian Dosen Universitas Quality Berastagi untuk memberikan Edukasi tentang bahaya merokok dalam perspektif Kristen; (3) Diharapkan dengan adanya kegiatan ini para peserta memiliki wawasan baru bahwa merokok tidak mendatangkan manfaat sedikitpun untuk diri sendiri dan kesehatan manusia serta tidak membawa kemuliaan bagi Allah; (4) Melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi berupa Pengabdian Kepada Masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi dengan pemuda-pemudi jemaat GMI Parsambilan pada hari Sabtu, 25 Juni 2022, yang dilaksanakan di GMI Parsambilan, Kabupaten Tobasa-SUMUT. Program ini dipilih bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran pemuda-pemudi GMI Parsambilan tentang bahaya merokok dalam kehidupan manusia. Adapun peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh pemuda-pemudi GMI Parsambilan yang berjumlah ± 53 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan beberapa tahapan, yaitu survei lokasi sasaran, identifikasi kebutuhan program, persiapan sarana dan prasarana, pelaksanaan dan evaluasi (Gule, 2020). Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari dan kegiatan

ini diakhiri dengan diskusi tanya jawab sebagai evaluasi terhadap tingkat ketercapaian pemahaman pemuda-pemudi bahaya merokok dalam kehidupan manusia baik secara umum dan dalam ajaran Kristen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang di lakukan di GMI Parsambilan ini adalah memberikan edukasi terkait masalah bahaya merokok dalam perspektif Kristen.

Rokok merupakan salah satu penyakit sosial. Merokok dimasukkan sebagai penyakit sosial karena mempunyai dampak besar di lingkungan keluarga dan kesehatan masyarakat. Merasuk ke kelompok masyarakat berpenghasilan rendah atau miskin. Sangat memperlemah tingkat kesejahteraan keluarga (Masa depan, pendidikan, ekonomi, agama) dan resmi dibatasi oleh Undang-undang (Apriany et al., 2019). Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh. Hasil dari beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja (Widarjo, 2019). Pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16 –19 tahun yang merokok 20,5 %. Usia merokok pada remaja di Indonesia sekarang adalah usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10 –14 tahun meningkat lebih dari 100 % dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun (Gobel et al., 2020).

Dampak merokok. Merokok mempunyai banyak efek negatif yang merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya: mencuri, kurang berprestasi,

berbohong, lebih mengutamakan rokok dari pada Tuhan / Ibadah / Persembahan. Di sisi lain Menurut World Health Organization (WHO) (2016) kasus merokok telah membunuh lebih dari 5 juta orang pertahun dan diproyeksikan akan membunuh 10 juta orang sampai tahun 2021, dari jumlah itu 70% korban berasal dari negara berkembang yang didominasi oleh kaum laki-laki sebesar 700 juta terutama di Asia (Gobel et al., 2020). Dari aspek kesehatan, rokok mengandung 4000 zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan, seperti Nikotin yang bersifat adiktif dan Tar yang bersifat karsinogenik, bahkan juga Formalin. Ada 25 jenis penyakit yang ditimbulkan karena kebiasaan merokok seperti Emfisema, Kanker Paru, Bronkhitis Kronis dan Penyakit Paru lainnya. Dampak lain adalah terjadinya penyakit Jantung Koroner, peningkatan kolesterol darah, berat bayi lahir rendah (BBLR) pada bayi ibu perokok, keguguran dan bayi lahir mati (Herawati, 2021).

Dalam Kajian Alkitabiah menunjukkan bahwa merokok tidak ada manfaatnya. *Pertama, merokok tidak membawa keuntungan apapun, baik bagi diri sendiri maupun orang lain.* Paulus mengajarkan bahwa kebebasan di dalam Kristus tidak berarti kebebasan yang liar. Ada banyak aspek yang tetap perlu untuk dipertimbangkan. Salah satunya adalah aspek manfaat. Paulus berkata: “Segala sesuatu halal bagiku, tetapi tidak semua berguna” (1Kor. 6:12). Berguna di sini selanjutnya dipahami dalam konteks “membangun” (1Kor. 10:23). Sampai sekarang belum ada studi yang mengungkapkan manfaat merokok bagi kesehatan. Sebaliknya, banyak riset menunjukkan sebaliknya. Merokok sangat

berbahaya, baik bagi perokok sendiri atau orang lain di sekitarnya (Harti, 2020).

Kedua, merokok bersifat adiktif. Aspek lain dalam etika Kristiani adalah ketergantungan atau kecanduan. 1 Korintus 6:12 juga mengajarkan hal ini: “Segala sesuatu halal bagiku, tetapi aku tidak membiarkan diriku diperhamba oleh suatu apapun”. Kecanduan juga merupakan tanda ketidakadaan pengendalian diri, padahal tanda ini seharusnya nampak pada mereka yang dipenuhi oleh Roh Kudus (Gal. 5:22-23).

Ketiga, merokok tidak memuliakan Tuhan. Setiap orang Kristen seyogyanya melakukan segala sesuatu untuk kemuliaan Tuhan, bahkan untuk hal-hal yang sepele dan rutin sekalipun. Paulus mengajarkan: “Jika engkau makan atau jika engkau minum, atau jika engkau melakukan sesuatu yang lain, lakukanlah semuanya itu untuk kemuliaan Allah” (1Kor. 10:31). Saya tidak bisa melihat bagaimana merokok dapat memuliakan Tuhan. Sebaliknya, tindakan yang bisa merusak kesehatan ini justru terlihat bertabrakan dengan penebusan Kristus atas tubuh kita (1Kor. 6:19-20). Tubuh yang sudah ditebus dengan mahal seharusnya dipelihara dengan baik (Harti, 2020).

Berdasarkan penjabaran dan penjelasan di atas, setelah memperhatikan dan menganalisis beberapa perspektif (medis, hukum, etis hingga Alkitab), menunjukkan bahwa: (1) Rokok dan merokok merupakan hal yang tidak diperlukan oleh tubuh manusia. Apabila tetap digunakan maka akan merusak dan berdampak negatif terhadap tubuh manusia. Karena rokok banyak mengandung zat kimia berbahaya. (2) Berdasarkan perspektif medis, etis, hukum, hingga Alkitab, maka

ditemukan tidak ada yang positif atau bermanfaat dari rokok atau merokok. (3) Apakah pemuda-pemudi atau orang Kristen secara umum boleh merokok? Secara prinsip Alkitab tentu tidak boleh. Dan berdasarkan pertimbangan yang lain, maka rokok sama sekali tidak bermanfaat. Sehingga dengan demikian tidak ada satu alasan pun yang bersifat positif dapat menjadi satu dasar yang kuat bagi seorang Kristen untuk boleh merokok.



Gambar 1. Tampilan presentase sosialisasi

Selain itu upaya yang dapat dilakukan: (1) Katakan tidak pada kokok (sebab tidak sejalan dengan Firman Tuhan). (2) Bersekutu dengan Tuhan lewat persekutuan pemudah-pemudi di gereja (menghindari persekutuan negatif). (3) Terlibat dalam berbagai pelayanan. (4) Bergaul dengan orang-orang baik (Amsal 17:17). (5) Bertumbuh dalam Kristus (Lukas 2:52). (6) Hidup menjadi teladan Kristus (1 Tes. 4:12). (7) Saling mengingatkan (1 Timotius 4:6).



Gambar 2. Hasil edukasi bahaya merokok dalam perspektif Kristen di GMI Parsambilan

Hasil sosialisasi pengabdian masyarakat ini berjalan lancar, yang disampaikan lewat pemaparan materi dan dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab yang sangat antusias di ikuti oleh peserta, hasil menunjukkan bahwa tingkat pemahaman pemuda-pemudi semakin meningkat, dari yang tidak tahu menjadi tahu terkait bahaya merokok. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat bermanfaat bagi pemuda-pemudi GMI Parsambilan, sebab mereka mendapat pemahaman, motivasi, edukasi, persuasi, untuk memberdayakan mereka di masa muda mereka supaya terhindar dari bahay merokok. Dimana merokok tidak berguna bahkan merusak kese-hatan (1 Kor. 6:12; 1 Kor. 10:23; Yes. 38:16). Tidak menjaga kesucian dan kekudusan tubuh di hadap Allah (Rom. 12:1; 1 Kor. 3:16-17; 1 Kor. 6:11, 15, 19-20; 2 Kor. 7:1; Ef. 2:21-22). Merokok bertentangan dengan upaya menjaga rumah dan lingkungan tetap bersih: "Sebab itu haruslah perkemahanmu itu kudus, supaya jangan Ia (Tuhan) melihat sesuatu yang tidak senonoh diantaramu, lalu berbalik dari padamu" (Ul. 23:14b) (Harti, 2020).



Gambar 3. Hasil edukasi bahaya merokok dalam perspektif Kristen di GMI Parsambilan

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di GMI Parsambilan, Kab. Tobasa-SUMUT berjalan dengan baik dan sesuai target yang di harapkan. Lewat sosialisasi ini, Dampak yang diharapkan dari edukasi ini ialah: kaum pemuda pemudi dapat menyatakan dalam dirinya bahwa merokok tidak berguna bahkan merusak kesehatan (1 Kor. 6:12; 1 Kor. 10:23; Yes. 38:16). Tidak menjaga kesucian dan kekudusan tubuh di hadap Allah (Rom. 12:1; 1 Kor. 3:16-17; 1 Kor. 6:11, 15, 19-20; 2 Kor. 7:1; Ef. 2:21-22). Merokok bertentangan dengan upaya menjaga rumah dan lingkungan tetap bersih: “Sebab itu haruslah perkemahanmu itu kudus, supaya jangan Ia (Tuhan) melihat sesuatu yang tidak senonoh diantaramu, lalu berbalik dari padamu” (Ul. 23:14b) (Harti, 2020). Merokok tidak membawa keuntungan apapun, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. merokok bersifat adiktif serta merokok tidak memuliakan Tuhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Pimpinan Jemaat GMI Parsambilan yang telah mengijinkan penulis untuk melakukan sosialisasi

kepada kaum pemuda/i GMI Parsambilan tentang bahaya merokok dalam perspektif Kristen. Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada pihak kampus Universitas Quality Berastagi (UQB) yang telah memfasilitasi terlaksananya PKM ini, kepada LPPM UQB, dan para mahasiswa UQB Prodi PGSD yaitu Desra Vevalosa Br. Ginting dan Samuel Diar Hariara Sinurat yang terlibat didalamnya dalam menyelesaikan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriany, A., Putri, N. S., & Rahayu, S. (2019). Edukasi perilaku merokok dalam aspek kesehatan dan agama serta pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah dalam mengurangi insomnia pada pada guru dan siswa di sma muhammadiyah tanjung raja ogan ilir. *Khidmah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 62–70. <http://khidmah.ikestmp.ac.id/index.php/khidmah/article/view/303/259>
- Gobel, S., Pamungkas, R. A., Abdurrasyid, Sari, R. P., Safitri, A., Saran, Aponno, V. A. L., Fadilah, I., Olivia, T., M, F. P., & Tiwery, S. M. (2020). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Abdimas*, 7(1), 33–36. <https://doi.org/10.47841/adpi.v3i1.253>
- Gule, Y. (2020). Sosialisasi Upaya Menjaga Kualitas Kerohanian Anggota Jemaat di Masa Pandemi Covid-19 di GMI Hutahaean. *Jurnal Abdidas*, 1(3), 231–237. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.245> Copyright
- Harti, S. D. (2020). Problematika Tentang Boleh Tidaknya Hamba Tuhan Merokok. *Jurnal Luxnos*, 6(1), 14–21. <https://doi.org/10.47304/sri>
- Herawati, A. (2021). *Edukasi Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. PT. Nasya Expanding Management.
- Rochka, M. M., Anwar, A. A., & Rahmadani, S. (2019). *Kawasan Tanpa Rokok di fasilitas Umum*. Uwais Inspirasi Indonesia.

643 *Edukasi Bahaya Merokok dalam Perspektif Kristen – Yosefo Gule, Desra Vevalosa Ginting, Samuel Diar Hariara Sinurat*
DOI: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i4.635>

Widarjo. (2019). *Remaja dan Gangguan Rokok*. Alprin.